



瑜伽文库 [4]
YOGA LIBRARY

Essentials of Vedic Wisdom
for Blissful Living

吠陀智慧

[印]马赫什·帕布/著
U. Mahesh Prabhu

王志成 曹政 / 译

吠陀思想价值及思维之法——吠陀智慧的原初呈现
为获得控制心意和感官、放弃个体私我的生活方式提供指导



四川人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

吠陀智慧 / (印) 马赫什·帕布著; 王志成, 曹政译.
—成都: 四川人民出版社, 2018.7

(瑜伽文库)

ISBN 978-7-220-10807-5

I. ①吠… II. ①马… ②王… ③曹… III. ①瑜伽—研究 IV. ①R793.51

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第112705号

FEITUO ZHIHUI

吠陀智慧

[印] 马赫什·帕布 著 王志成 曹 政 译

责任编辑
封面设计
版式设计
责任校对
责任印制

何朝霞 吴焕姣
肖 洁
戴雨虹
韩 华
王 俊

出版发行
网 址
E-mail
新浪微博
微信公众号
发行部业务电话
防盗版举报电话
照 排
印 刷
成品尺寸
印 张
字 数
版 次
印 次
书 号
定 价

四川人民出版社(成都槐树街2号)
<http://www.scpph.com>
scrmchs@sina.com
@四川人民出版社
四川人民出版社
(028) 86259624 86259453
(028) 86259624
四川胜翔数码印务设计有限公司
成都东江印务有限公司
130mm × 185mm
6.5
95千
2018年7月第1版
2018年7月第1次印刷
ISBN 978-7-220-10807-5
36.00元

■版权所有·侵权必究

本书若出现印装质量问题, 请与我社发行部联系调换
电话: (028) 86259453

“瑜伽文库”总序

古人云：观乎天文，以察时变；观乎人文，以化成天下。人之为人，其要旨皆在契入此间天人之化机，助成参赞化育之奇功。在恒道中悟变道，在变道中参常则，“人”与“天”相资为用，相机而行。时时损益且鼎革之。此存“文化”演变之大义。

中华文明源远流长，含摄深广，在悠悠之历史长河，不断摄入其他文明的诸多资源，并将其融会贯通，从而返本开新、发闳扬光，所有异质元素，俱成为中华文明不可分割的组成部分。古有印度佛教文明的传入，并实现了中国化，成为华夏文明整体的一个有机部分。近代以降，西学东渐，一俟传入，也同样融筑为我们文明的固有部分，唯其过程尚在持续之中。尤其是20世纪初，马克思主义传入中国，并迅速实现中国化，推进了

中国社会的巨大变革……

任何一种文化的传入，最基础的工作就是该文化的经典文本之传入。因为不同文化往往是基于不同的语言，故文本传入就意味着文本的翻译。没有文本之翻译，文化的传入就难以为继，无法真正兑现为精神之力。佛教在中国的扎根，需要很多因缘，而前后持续近千年的佛经翻译具有特别重要的意义。没有佛经的翻译，佛教在中国的传播就几乎不可想象。

随着中国经济、文化之发展，随着中国全面参与到人类共同体之中，中国越来越需要了解更多的其他文化，需要一种与时俱进的文化心量与文化态度，这种态度必含有一种开放的历史态度、现实态度和面向未来的态度。

人们曾注意到，在公元前8—前2世纪，在地球不同区域都出现过人类智慧大爆发，这一时期通常被称为“轴心时代”。这一时期所形成的文明影响了之后人类社会2000余年，并继续影响着我们生活的方方面面。随

着人文主义、新技术的发展，随着全球化的推进，人们开始意识到我们正进入“第二轴心时代”（the Second Axial Age）。但对于我们是否已经完全进入一个新的时代，学者们持有不同的意见。英国著名思想家凯伦·阿姆斯特朗（Karen Armstrong）认为，我们正进入第二轴心时代，但我们还没有形成第二轴心时代的价值观，我们还需要依赖第一轴心时代之精神遗产。全球化给我们带来诸多便利，但也带来很多矛盾和张力，甚至冲突。这些冲突一时难以化解，故此，我们还需要继续消化轴心时代的精神财富。在这一意义上，我们需要在新的处境下重新审视轴心文明丰富的精神遗产。此一行动，必是富有意义的，也是刻不容缓的。

在这一崭新的背景之下，我们从一个中国人的角度理解到：第一，中国古典时期的轴心文明，是地球上曾经出现的全球范围的轴心文明的一个有机组成部分；第二，历史上的轴心文明相对独立，缺乏彼此的互动与交融；第三，在全球化视域下不同文明之间的彼此互动与融合必会加强和加深；第四，第二轴心时代文明不可能凭空出现，而必须具备历史之继承和发展性，并在诸文

明的互动和交融中发生质的突破和提升。这种提升之结果，很可能就构成了第二轴心时代文明之重要资源与有机部分。

简言之，由于我们尚处在第二轴心文明的萌发期和创造期，一切都还显得幽暗和不确定。从中国人的角度看，我们可以来一次更大的觉醒，主动地为新文明的发展提供自己的劳作，贡献自己的理解。考虑到我们自身的特点，我们认为，极有必要继续引进和吸收印度正统的瑜伽文化和吠檀多典籍，并努力在引进的基础上，与中国固有的传统文化，甚至与尚在涌动之中的当下文化彼此互勘、参照和接轨，努力让印度的古老文化可以服务于中国当代的新文化建设，并最终可以服务于人类第二轴心时代文明之发展，此所谓“同归而殊途，一致而百虑”。基于这样朴素的认识，我们希望在这些方面做一些翻译、注释和研究工作，出版瑜伽文化和吠檀多典籍就是其中的一部分。这就是我们组织出版这套《瑜伽文库》的初衷。

由于我们经验不足，只能在实践中不断累积行动智慧，以慢慢推进这项工作。所以，我们希望得到社会各界和各方朋友的支持，并期待与各界朋友有不同形式的合作与互动。

“瑜伽文库”编委会

2013年5月

序 言

对人类未来的福祉、对整个星球来说，也许吠陀智慧是最重要的一种知识体系。它把我们人类和作为宇宙意识的演化这一更高的目的联在一起，没有这一联结，在如今这一高科技时代及其人造的、复杂的生活方式中，我们的生存就可能会受到挑战。

吠陀知识发生在两个互相关联的层次上。第一个层次是人的知识，人不仅是一具肉身，更是一种更高意识的显现。吠陀知识是自我知识（*self-knowledge*），它不仅是我们生理或心理自我的知识，更是超越我们身体、心意、时间、空间和业（*karma*）的真正永恒之本性的知识。

第二个层次是宇宙的知识，宇宙不仅是外部层面上的作为意识在从亚原子到超星系所有层面上的一种显现，它也是内部层面上的。知识的这两个层次最终是同一的。作为我们自身真实的本性，这整个宇宙就寓居在我们自身中。作为一个有机体，所有自然的法则和宇宙运作着，而整体就反映在每一个部分上。

这样的一种宇宙知识观依赖于我们内在的关于宇宙真理的直接经验。它不只是仅仅关于名称、形态或数的知识；它不只仅仅是对自然之力量的理解，或只是对外部世界一种操控的理解——（因为）这样的理解总会遗留问题。这一知识直接把整个世界看作我们自身更大存在的部分。

吠陀智慧不是任何纯粹的外部信息或数据——就如计算机提供给我们的那些信息一样。要获得吠陀智慧，不仅需要更多的知识，也需要我们最基础层面上的改变。获得吠陀智慧依赖于一种特定的生活方式，以及由达磨（*dharma*）和正行之原则所定义的行为。这就意味着要控制心意和感官，放弃个体私我，不把追逐物质世

界和个人的享受作为我们基本的生活方式。

吠陀智慧呼吁我们超越欲望、贪婪和依附，呼吁我们放下我们知识的傲慢，放下我们试图控制生活的尝试。它需要真诚、正直、自律、无私以及对智者之智慧恭敬的接受。

虽然今天的人们可以容易地阅读书籍和文章，理解复杂的观念和精细的信息，但是这样一种通达更高意识的行为基础却十分稀有，需要大量的自我努力才能完成。如此的行为变化，是瑜伽传统实践的精华，这种实践扎根于禁制（*yamas*）和劝制（*niyamas*）中，或发端于真实（*satya*）和非暴力（*ahimsa*）之正行的原则和实践。

吠陀智慧不是另外一种时尚的、心理学的方法或宗教的信仰。它要求内在的深度反思以及对外部自然的深入观照，这一反思和观照和一种根据更高的意志和觉知来转变我们自身的意愿密切相关。这会让反思和观照的结果更加有力、更加持久，它将呈现出我们最深的潜能。

眼下的这本《吠陀智慧》（*Essentials of Vedic Wisdom for Blissful living*），其作者马赫什·帕布（U. Mahesh Prabhu），努力以一种当代读者可以轻松理解、简明但却清晰又深刻的方式呈现吠陀的智慧，因为，对当代读者来说，对那些背景非常不同的吠陀观和吠陀的生活方式，都有可能在阅读之初就难以理解。当今的社交媒体充斥着各种令人误解的信息以及各种有限的实在观，作者对吠陀智慧不损其精华的改编十分重要。

本书每一章都提供了一个关于吠陀智慧的不同视角。每一视角都是一扇门，让读者得以进入（理解）关于我们究竟是谁（这一主题）更宽广的吠陀领悟之门，这一理解甚至远远超出了如今流行的科学和技术已有的想象。为了正确地欣赏和吸收这一吠陀智慧，与这一作品最相匹配的是慢慢地阅读和沉思。

马赫什·帕布是吠陀管理（Vedic management）领域一位著名的导师和作家，也是一位知名的媒体人、管理者、政治顾问。他致力于将这一强大的吠陀之法介绍给公众和全世界真诚的个人及团体。这本书是吠

陀观念的原初呈现，帮助我们理解吠陀（思想）的价值以及思维之法。吠陀管理中心（The Vedic Management Center）是帕布发展起来的一个机构，致力于这些议题，并就如何发展一种多边的且可持续的吠陀生活方式提供指导。在未来的几年，该机构极有可能快速成长。

简单地说，吠陀管理就是在个人、集体、私人和公共层面上根据吠陀智慧和吠陀正行的原则过一种受到照管的生活。吠陀学科，如瑜伽、阿育吠陀和吠檀多，它们从不同的角度详细探究了这些（智慧和原则）方法。吠陀智慧需要一种吠陀生活，即一种根据宇宙的视角来过的生活。对吠陀智慧这一有益于人类全体（行为）转化过程来说，本书为当代人提供了很好的介绍。

大卫·弗劳利

2017年3月

目 录

引 言	001
第一章 吠陀经：智慧之书	011
第二章 吠陀智慧的真实本质	019
第三章 终极的力量源自内在	033
第四章 达磨	041
第五章 业	051
第六章 瑜伽	061
第七章 瑜吉、薄吉和罗吉	079
第八章 独处的力量	086
第九章 解决问题	093

第十章 真正的古鲁.....	099
第十一章 王古鲁.....	118
第十二章 王政学.....	127
第十三章 获得绝对的权力.....	145
第十四章 财富.....	154
第十五章 吠陀智慧.....	161
第十六章 吠陀智慧的实践性.....	166
译后记.....	180

引 言

“吠陀经成书于数千年前，为什么我们要学习或理解那些过时的教导？相反，科学和技术已经以显而易见的方式改变了我们的世界。我们生活在现代的奢华和舒适中，这些奢华和舒适可能是吠陀时代的人们梦寐以求的。鉴于此，在古老的吠陀智慧中，真有什么值得我们去学习的吗？”类似的想法必定曾经闪过你的脑海，让你对任何吠陀教导都持怀疑态度。

确实，科学和技术已经极大地改变了我们的生活。然而，在更深的内省之中，我们发现生活中的许多事情依旧没有任何变化，不幸和悲伤依旧触摸着我们所有人。过去的疾病让步于现今复杂的疾病，有些疾病对医学来讲是新型的，为了处理这些疾病，我们之中的更多人依赖着日常的药物。或许原因不同，但过去遭受痛苦

的人如现今的人们一样（遭受痛苦）；过去有爱，就如现今一样。然而，现今我们之间的关系似乎更加脆弱。过去有恨，现今的敌意无疑也十分平常。

和过去相比，现今我们外部的现实环境或许好了很多，但我们的情感没有太大变化。恐惧、欲望、愤怒、人际关系的难题、日常生活中的挣扎和压力依旧困扰着我们。人们疑惑我们是否比往昔的人们更加幸福，或者只是更加忙忙碌碌、更加心事重重。我们改进了我们的外表，但我们的内在问题依旧未变。事实上，如今的我们看似更加没有能力处理困难，或者更加难以找到心灵持久的平静。

因此，与相信科学和技术已经以定性的方式改变了我们的生活相反，在大多数情况下，我们依旧有着相同的爱与恨的经验，我们依旧渴望某种超越的东西可以将我们带出不幸，走向持久的喜乐。

在这种情况下，大多数人已经找到了各种不同的方法来处理看似生活扔给他们的各种危机，如互助小组、